



DGI

Styrk trivslen!

Trænger jeres arbejdsplads til at booste sammenholdet og trivslen?

Book en trivselsdag på Kongelundsfortet med fokus på at styrke jeres fællesskab og trivsel gennem sjove og udfordrende outdoor-aktiviteter.

Træklating · Stand up paddle · Lasertag · Bålmad
MTB · Kano · Kajak · Naturtræning · Overnatning

“

"Det var en fantastisk dag på Kongelundsfortet med dygtige og motiverende instruktører. Vi fik en masse nye oplevelser, ny spændende læring og mulighed for at komme tættere sammen som arbejdsplads og team."

Henriette Kudsk, Event- og Tourmanager,
Teater ZeBU

Indhold trivselsdage

En trivselsdag kan indeholde aktiviteter som:

- **VANDAKTIVITETER.** Stand up paddle, kajak, kano og selvbyggede tømmerflåder.
- **MOUNTAINBIKE.** Teknik, fart og leg.
- **VILD MAD OG BÅL.** Vi finder spiselige planter i naturen og laver mad på bål.
- **TRÆKLATRING** og rebaktiviteter i skoven.
- **STJERNELØB** med fokus på samarbejde og fart over feltet.
- **OVERNATNING** og etablering af lejr. Oplev natten i naturen.
- **NATURTRÆNING.** Fysisk træning med naturen som medspiller.
- **NATURE GAMING.** Lasertag og kampele der sætter gang i adrenalin, bevægelse og fantasi.

En trivselsdag kan varieres både ift. gruppestørrelse, aktiviteter, varighed og fokus for dagen.

Vi tager en dialog med jer, for at finde den løsning som passer til jeres ønsker, budget og behov.

Kontakt: morten.christensen@dgi.dk / 20 36 44 86